

# Ensalada de Pasta con Vinagreta de Hierbas

**Prep time:** 20 minutes

**Makes:** 6 Porciones

Esta receta se inicia con pasta de trigo integral e incluye brócoli fresco, zanahorias, tomates y huevos duros. Mezclada con una refrescante vinagreta aromatizada con albahaca, orégano y sal de ajo, esta clásica ensalada es una receta a la que se puede acudir cuando necesite un aperitivo, plato principal, o un acompañante.

## Ingredients

**6 ounces** pasta de trigo integral cruda, cocida, escurrida  
**1 cup** brócoli fresco picado  
**3/4 cup** tomate picado  
**1/2 cup** zanahoria rallada  
**6** huevos duros (cortados en rodajas)  
 Para la salsa:  
**1/4 cup** vinagre de vino blanco  
**2 tablespoons** aceite de oliva  
**2 tablespoons** agua  
**1 teaspoon** hojas de albahaca seca  
**1 teaspoon** hojas de orégano seco  
**3/4 teaspoon** sal de ajo

## Directions

1. Bata los ingredientes del aderezo en un tazón pequeño hasta que se mezclen.



## Nutrition Information

Key Nutrients	Amount	% Daily Value
Total Calories	220	
Total Fat	10 g	15%
Protein	11 g	
Carbohydrates	25 g	8%
Dietary Fiber	4 g	16%
Saturated Fat	2.5 g	13%
Sodium	200 mg	8%

## MyPlate Food Groups

Vegetables	1/4 cup
Grains	1 ounce
Protein Foods	1 ounce

2. Combine la pasta, brócoli, tomate y zanahoria en un tazón grande; revuélvalo. Vierta el aderezo sobre la mezcla de pasta; mezcle hasta que estén uniformemente recubiertos. Agregue los huevos; mezcle brevemente

3. Refrigérela, cúbrala, al menos durante 4 horas para que los sabores se mezclen.

## Notes

Para un sabor diferente o para reducir los costos, utilice cualquier otro vinagre que tenga a mano.